कीर्तन : शरीर से या मन से?

एक दूसरे मित्र ने पूछा है कि कीर्तन के संबंध में आप कहते हैं, धुन लगाएं, सम्मिलित हों। तो क्या शरीर के बिना कीर्तन में सम्मिलित नहीं हुआ जा सकता? क्या मन ही मन में कीर्तन नहीं किया जा सकता?

बराबर किया जा सकता है। लेकिन और किन-किन बातों में आप यह शर्त रखते हैं? जब किसी को प्रेम करना होता है, तो मन ही मन में करते हैं कि शरीर को भी बीच में लाते हैं? तब नहीं कहते कि प्रेम मन ही मन में नहीं किया जा सकता! शरीर को क्यों बीच में लाना!

कितनी चीजों में खयाल रखते हैं इसका? अगर बाकी सब चीजों में खयाल रखते हों, मैं राजी हूं। बिलकुल शरीर का उपयोग मत करें। कीर्तन भीतर ही भीतर हो जाएगा। लेकिन अगर बाकी सब चीजों में शरीर को लाते हैं, तो धोखा मत दें अपने को।

डर क्या है शरीर को कीर्तन में लाने में? जब किसी को प्रेम करते हैं, तो उसको गले लगा लेते हैं। क्यों शरीर को बीच में लाते हैं? हाथ हाथ में ले लेते हैं। क्यों हाथ को बीच में ले आते हैं? ऐसे दूर खड़े रहें बुद्ध की मूर्ति बने हुए! मन ही मन में! लेकिन तब आपको लगेगा कि अरे, यह समझ खो रहा है। यह मन ही मन में कब तक करते रहेंगे? आपका मन और आपका शरीर अभी दो नहीं हैं। अभी आपका मन और आपका शरीर एक है। अभी जल्दी मत करें। अभी आपका मन आपके शरीर का ही दूसरा छोर है। वह शरीर से ही संचालित हो रहा है। शरीर ही उसको अभी गति दे रहा है। इसलिए उचित है कि कीर्तन में अभी शरीर को भी डूबने दें, तो ही आपका मन डूब पाएगा।

और जिस दिन आप मन ही मन में डुबाने में सफल हो जाएंगे, मुझसे पूछने की कोई जरूरत नहीं रहेगी। आपको खुद ही पता चल जाएगा कि शरीर को बीच में लाने की कोई जरूरत नहीं, मन में ही हो जाता है। तो आप मन में कर लेना। लेकिन जब तक यह नहीं हो सकता, तब तक शरीर से ही शुरू करें।

आप शरीर में जी रहे हैं, इसलिए आपकी सब यात्रा शरीर से ही शुरू होगी। और जो यह धोखा देगा अपने को कि शरीर का क्या करना है, वह असल में धोखा दे रहा है। वह धोखा यह दे रहा है कि वह करना ही नहीं चाहता।

आदमी वहीं से तो चल सकता है, जहां खड़ा है। जहां आप खड़े नहीं है, वहां से चलेंगे कैसे? आपकी मन की स्थिति क्या है अभी आपको शराब पिला दें, तो शराब तो शरीर में जाती है, मन में तो जाती नहीं। क्या आप समझते हैं, आप होश में बने रहेंगे? आप बेहोश हो जाएंगे। क्यों बेहोश हो गए आप? शराब तो शरीर में जाती है, मन में तो जाती नहीं। कोई आत्मा में तो घुस नहीं जाती शराब। मन में आप होश में रहे आइए, पी लीजिए शराब, क्या हर्ज है! तब आपको पता चलेगा कि हर्ज का है मामला।

अभी कोई आपको एक धक्का मार दे जोर से, तो धक्का शरीर तक ही लगता है कि मन तक चला जाता है? मन तक चला जाता है। सच तो यह है कि शरीर को बाद में पता चलता है, मन को पहले पता चल जाता है। तो अभी आपका शरीर और मन बहुत करीब-करीब हैं, अभी दूरी नहीं हैं उसमें। मैं निरंतर एक घटना कहता रहा हूं। एक मुसलमान फकीर हुआ, फरीद। एक आदमी उसके पास आया और फरीद से पूछने लगा कि मैंने सुना

है कि मंसूर को काट डाला जब, तब भी मंसूर हंसता रहा। यह भरोसा नहीं आता इस बात पर। और यह भी मैं सुनता हूं कि जीसस को सूली लगा दी गई और उन्होंने कहा कि ये जो सूली लगाने वाले हैं, हे परमात्मा, इन्हें माफ कर देना। यह बात भी जंचती नहीं। कोई मुझे पत्थर मारे, कोई मुझे सूली लगाए, कोई मेरी गर्दन काटे, यह मैं नहीं कर सकता हूं। मैं समझने आया हूं।

तो फरीद ने उसे उठाकर एक नारियल दे दिया। भक्त फरीद को नारियल चढ़ा देते थे। एक नारियल उठाकर दे दिया और कहा कि तू इसको फोड़ कर ला। एक ही बात का खयाल रखना कि गिरी भीतर की साबूत रहे, टूट न पाए।

वह नारियल कच्चा था। वह आदमी मुश्किल में पड़ गया। उसकी ऊपर की खोल तोड़े, तो भीतर की गिरी टूटे, क्योंकि वह कच्चा नारियल था। बड़ी कोशिश की, लेकिन गिरी टूट गई। लौटकर आया और उसने कहा, माफ करना। मैं गिरी को बचा न पाया, क्योंकि खोल और गिरी बिलकुल जुड़ी है। नारियल कच्चा है। आप भी किस तरह की बात करते हैं!

फरीद ने दूसरा नारियल उठाकर दिया। वह सूखा नारियल था। कहा कि अब इसकी फिक्र कर तू। इसको तोड़ ला, गिरी बचा लाना। उसने बजाकर देखा। उसने कहा कि इसमें कोई अड़चन नहीं है। खोल तोड़ देंगे, गिरी बच जाएगी। क्योंकि खोल और गिरी के बीच फासला पैदा हो गया।

तो फरीद ने कहा, अब तोड़ने की कोई जरूरत नहीं है। जीसस नारियल थे सूखे हुए, और तू नारियल है गीला। अभी तेरी गिरी और खोल जुड़े हुए हैं। अभी तू यह फिक्र मत कर। अभी तो तेरी खाल पर जो होगा, वह गिरी तक जाएगा।

अभी शरीर और मन इकट्ठा है आपका। जिन मित्र ने पूछा है, उसके पूछने का अगर कारण यह होता कि उनका शरीर और मन अलग-अलग हो गया है, तो वे पूछते ही नहीं क्या पूछना है! आपको पता ही होता कि मेरी गिरी अलग है, खोल अलग है। भीतर मैं अपनी मौज ले रहा हूं, शरीर का कोई पता नहीं चल रहा। पूछने का कारण दूसरा है। शायद बहुत ही कच्चे नारियल हैं। बहुत ज्यादा जुड़े हैं। शायद अभी भीतर गिरी भी नहीं है, पानी ही पानी है।

क्यों, यह डर क्यों हो रहा है कि शरीर से भाग न लें? यह डर हो रहा है कि पास-पड़ोस में कोई देख न ले। कि अरे, आप कंप रहे हैं! ताली बजा रहे हैं! आनंदित हो रहे हैं! आपको कोई रोते देखे, तो कोई एतराज नहीं। आपको कोई उदास देखे, तो किसी को एतराज नहीं। आप बिलकुल रोती शक्ल बनाए हुए जिंदगीभर जीते रहे, तो कोई आप पर संदेह और दिक्कत नहीं खड़ी करेगा। आप जरा मस्त हों, कि आपके आस-पास के लोग परेशान! और वे आपसे कहेंगे, आपको क्या हो रहा है? क्या होश खो रहे हैं? जैसे दुखी होना ही समझदारी है, और मस्त होना यहां नासमझी है।

ठीक भी है, दुखी लोगों के समाज में जो आदमी मस्त होगा, वह समाज से अलग जा रहा है, और दूसरे लोगों में ईर्ष्या पैदा कर रहा है। तो ईर्ष्या जब

दुखी लोगों के समाज में जो आदमी मस्त होगा, वह समाज से अलग जा रहा है, और दूसरे लोगों में ईर्ष्या पैदा कर रहा है। तो ईर्ष्या जब पैदा होती है, जो दूसरे लोग उसकी निंदा करेंगे। उसको कहेंगे कि तू पागल है। क्योंकि कोई अपने को पागल नहीं मानना चाहता। और यह भीड़ उदास लोगों की; इनकी संख्या ज्यादा है।

क्योंकि कोई अपने को पागल नहीं मानना चाहता। और यह भीड़ उदास लोगों की; इनकी संख्या ज्यादा है। वे कहेंगे कि तुम्हारा दिमाग खराब हो गया है, इसलिए इतने मस्त नजर आ रहे हो!

एक आदमी ने मुझसे आकर कहा कि जब से मैं ध्यान करने लगा हूं, मस्त रहने लगा हूं, तो मेरी पत्नी परेशान है। वह आपके पास आना चाहती है। वह कहती है, इनको क्या हो गया है? इतनी मस्ती तो कभी देखी नहीं। इनके दिमाग में कुछ खराबी तो नहीं हो गई? मस्ती खराबी का लक्षण है! पहले ये क्रोध भी करते थे, अब इनसे कुछ कहो, तो ये हंसते हैं! तो उससे ऐसा डर लगता है कि कहीं इनके दिमाग में कोई नट-बोल्ट ढीला तो नहीं हो गया! क्योंकि स्वभावतः, जब कोई गाली दे, तो लड़ने को तैयार होना चाहिए। ये हंसते हैं। हम सबको ऐसा लगेगा, क्योंकि भीड़ पागलों की है। उसमें अगर कोई आदमी होश से भर जाए, मस्त हो जाए, आनंदित हो जाए, तो हम शीघ्र ही उसको दिक्कत में डाल देंगे।

वह जो मित्र को डर लग रहा है, वह पड़ोसियों का डर है। वह डर है कि कोई क्या कहेगा तो मन ही मन में करो!

अगर मन-मन में ही करना हो, तो और सब चीजें भी मन में करना, तब कीर्तन भी करना। अगर और सब चीजें शरीर से कर रहे हैं, तो कीर्तन भी आपको शरीर से ही करना होगा। आप जहां हैं, वहीं से यात्रा हो सकती है।

— ओशो

गीता दर्शन, पांचवां भाग,

ग्यारहवां अध्याय, बारहवां प्रवचन

(पूरा प्रवचन टेप पर भी उपलब्ध है)